

## Pengetahuan Ibu Tentang Diet Gluten dan Kasein Pada Anak Penyandang Autis

Ikeu Nurhidayah<sup>1</sup>, Destia Achadiyanti<sup>2</sup>, Gusgus Ghraha Ramdhanie<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Email: ikeu.nurhidayah@unpad.ac.id

**Abstract:** Gluten Free Casein Free Diet is one type of therapy that can be performed on children with autism to reduce hyperactive behavior and tantrums or raging, but the application of this diet remains low among mothers. Application of a diet that is not good and not right can cause health problems and hyperactive behavior in children with autism. Therefore, in order to get maximum results, a mother's knowledge about the GFCF diet is needed. The purpose of this study was to determine the description of the mother's knowledge about gluten and casein diet in children with autism in SLB in the area of Garut Regency. This study was a quantitative descriptive study, with a total sample of 34 people, namely mothers of children with autism in SLB in the area of Garut Regency, with the sampling technique used was total sampling. The results showed that the majority of respondents were mother with lack knowledge as many as (58.8%). Regular visits are needed by community nurses, family nurses and child nurses to provide health education about the gluten and casein diet for mothers of children with autism at school or at home.

**Keywords :** children with autism, diet, gluten free, casein free, knowledge, mother

**Abstrak:** Diet *Gluten Free Casein Free* (GFCF) merupakan salah satu jenis terapi yang dapat dilakukan pada anak penyandang autis untuk mengurangi perilaku hiperaktif dan *tantrum* atau mengamuk, namun penerapan diet ini masih rendah dikalangan ibu. Penerapan diet yang tidak baik dan tidak tepat dapat menimbulkan masalah kesehatan dan perilaku hiperaktif pada anak penyandang autis. Oleh karena itu, untuk mendapatkan hasil yang maksimal maka dibutuhkan pengetahuan ibu mengenai diet GFCF. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu tentang diet gluten dan kasein pada anak penyandang autis di SLB Wilayah Kabupaten Garut. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, jumlah sampel 34 ibu dengan anak penyandang autis di SLB Wilayah Kabupaten Garut, dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden pengetahuan ibu kurang yaitu sebanyak (58,8%). Diperlukan kunjungan rutin oleh perawat komunitas, perawat keluarga maupun perawat anak untuk memberikan pendidikan kesehatan mengenai diet gluten dan kasein pada ibu dengan anak penyandang autis di sekolah maupun di lingkungan rumah.

**Kata kunci :** anak autisme, diet, *gluten free*, *casein free*, pengetahuan, ibu

## PENDAHULUAN

Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) merupakan anak yang memiliki keterbatasan fisik maupun mental yang dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu ABK yang memerlukan penanganan secara khusus adalah anak dengan penyandang *Autism*

*Spectrum Disorder* (ASD) atau yang sering disebut dengan autisme (Nurhidayati, 2015). Autism adalah gangguan perkembangan perpasif pada anak yang ditandai dengan adanya gangguan dalam bidang kognitif, bahasa, perilaku, komunikasi dan interaksi sosial (Hockenberry, Wilson, & Rodgers, 2017).

Saat ini kasus gangguan perkembangan anak dengan autisme di dunia semakin meningkat. Menurut *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization* (UNESCO) di seluruh dunia prevalensi penderita autisme pada tahun 2011 sekitar 35 juta orang. Sedangkan *World Health Organization* (WHO) mencatat bahwa pada tahun 2016 terdapat 1 dari 160 anak di dunia mengalami gangguan perkembangan autisme. Berdasarkan data yang didapatkan dari Pusdatin Kemendikbud (2020), jumlah anak autisme di Indonesia pada tahun 2020 yaitu sebanyak 16.987 anak. Sedangkan Provinsi menempati peringkat pertama dengan jumlah anak autisme terbanyak di Indonesia, yakni sebanyak 2.583 anak yang tercatat bersekolah di sekolah luar biasa (SLB). Jumlah tersebut belum termasuk anak-anak autisme yang bersekolah di sekolah umum, inklusi, dan anak autisme yang tidak bersekolah.

Dinas Sosial Provinsi Jawa Barat mencatat prevalensi ABK di Kabupaten Garut pada tahun 2018 mencapai 2.358

anak, namun data anak penyandang autisme di Kabupaten Garut tidak tercatat dengan jelas. Badan Koordinasi Wilayah (Bakorwil) Garut mencatat jumlah seluruh SLB di Wilayah Kabupaten Garut sebanyak 38 sekolah. Berdasarkan hasil survey di beberapa SLB di Wilayah Kabupaten Garut didapatkan jumlah anak penyandang autisme sebanyak 34 anak yaitu di SLB Negeri Garut Kota terdapat 4 anak penyandang autisme, di SLB Negeri B Garut terdapat 17 anak penyandang autisme, di SLB C-YKB Garut terdapat 13 anak penyandang autisme. Alasan peneliti mengambil di SLB Negeri GARUT Kota, SLB Negeri B Garut, dan SLB C-YKB Garut karena SLB tersebut SLB yang paling banyak anak penyandang autisme dan banyak anak yang berperilaku hiperaktif dan *tantrum*. Semakin bertambah prevalensi anak penyandang autisme maka memerlukan perhatian dan penanganan yang lebih khusus terutama dukungan orang tua.

Penyebab autisme belum diketahui secara pasti, namun beberapa ahli menyebutkan bahwa autisme disebabkan oleh multifaktorial. Autism dapat disebabkan oleh faktor lingkungan yang terkontaminasi zat-zat beracun atau akibat kombinasi makanan yang salah, sehingga menyebabkan rusaknya usus besar dan berdampak pada perilaku anak (Atmaja, 2018). Pada umumnya anak penyandang autisme memiliki gangguan perilaku seperti hiperaktif, menyakiti diri sendiri, suka bertepuk tangan berulang-ulang, *tantrum* atau mengamuk, dan tidak mampu menatap lawan bicara. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti umur, pola asuh orangtua, intensitas terapi, praktik pemberian makan dan lain sebagainya (Nurhidayati, 2015).

Praktik pemberian makan merupakan faktor yang harus diperhatikan pada anak penderita autisme karena terdapat

beberapa makanan yang tidak boleh dikonsumsi seperti makanan yang mengandung gluten dan kasein karena dapat meningkatkan permeabilitas usus (*leaky gut*). Gluten dan kasein tidak dapat di cerna dengan baik dan mengalir ke aliran darah kemudian masuk ke otak sehingga dapat mempengaruhi perilaku pada anak penyandang autisme (Ramadayanti & Margawati, 2013).

Salah satu langkah untuk mengurangi gangguan perilaku pada anak penyandang autisme yaitu dengan melakukan diet *gluten free casein free* (GFCF) dengan cara menghilangkan sumber makanan dan minuman yang mengandung kedua zat tersebut. Gluten merupakan protein yang banyak terkandung di dalam gandum, sedangkan kasein adalah protein yang banyak terkandung dalam susu sapi dan olahan susu lainnya. Gluten dan kasein dapat mempengaruhi fungsi dari susunan syaraf pusat, menimbulkan diare dan meningkatkan hiperaktivitas berupa gerakan dan emosi seperti mudah marah, mengamuk dan mengalami kesulitan tidur (Suryana, 2010). Diet GFCF merupakan terapi yang dapat dilakukan untuk mengurangi masalah perilaku pada anak penyandang autisme dan apabila terapi fisik lain dilakukan maka hasilnya akan lebih baik. Setelah menjalani terapi diet ini, perkembangan anak akan menjadi sangat pesat seperti kemampuan untuk melakukan sosialisasi dan komunikasi (Dewanti & Machfud, 2014).

Penerapan terapi diet GFCF pada anak tidak terlepas dari peran orang tua terutama ibu sebagai pemberi asuhan kepada anak. Selain mengasuh anak, ibu juga memegang peranan dalam pendampingan proses pemilihan makanan yang harus disesuaikan dengan kebutuhan anak (Ramadayanti & Margawati, 2013). Menurut Sofia, Ropi dan Mardhiyah (2012), ibu dituntut untuk selalu bersikap selektif

dalam proses pemilihan dan pemberian makan pada anak, harus memiliki komitmen yang tinggi dan tegas dalam menerapkan terapi diet GFCF ini.

Kepatuhan ibu dalam menerapkan diet GFCF meliputi ketaatan sikap dan tindakan ibu dalam menerapkan diet, sehingga dapat mengurangi gejala autisme, akan tetapi masih banyak anak penyandang autisme yang menunjukkan adanya perilaku hiperaktif dan *tantrum* (Elvira, 2013). Perilaku ibu dalam penerapan diet ini memiliki pengaruh yang sangat besar sehingga anak penyandang autisme dapat memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Apabila pola pemberian makan ibu buruk, maka akan berdampak negatif terhadap keadaan kesehatan anak penyandang autisme (Koka, 2011). Keberhasilan terapi diet GFCF pada anak penyandang autisme yaitu anak menjadi lebih bisa mengontrol emosinya, mudah diberikan instruksi, hiperaktifitasnya berkurang, dapat berinteraksi dan berkomunikasi (Ginting, Ariani & Sembiring, 2016).

Perilaku dalam menerapkan diet GFCF yang tidak patuh dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu tentang diet GFCF pada anak penyandang autisme. Menurut Niven (2012) salah satu penyebab ketidakpatuhan seseorang dapat dipengaruhi oleh pengetahuan. Dengan demikian, pengetahuan ibu menjadi salah satu faktor yang dapat menentukan keberhasilan kepatuhan ibu dalam menerapkan diet ini.

Pada umumnya banyak ibu yang tidak mengetahui tentang terapi diet GFCF, dan ada juga sebagian yang sudah mengetahui tentang terapi diet GFCF tetapi tidak diterapkan karena ketidaktahuan ibu dalam tahapan diet GFCF (Mujiyanti, 2011). Dalam hal ini seorang ibu dituntut untuk dapat mengatur praktik pemberian makan yang baik dalam pemberian makan pada

anak (Puteri, Nugraheni, & Aruben, 2018). Seorang ibu juga harus tegas dalam melarang dan memperbolehkan anak untuk mengkonsumsi jenis makanan tertentu, dan ibu juga harus memiliki pengetahuan yang baik tentang terapi diet GFCF pada anak penyandang autisme (Permatasari & Yalastyarini, 2017). (Suryarinilsih (2018) menyatakan bahwa pengetahuan ibu yang baik dapat mencegah ibu dari pemberian makanan yang salah. Pemberian makanan yang tepat sangat diperlukan bagi anak penyandang autisme sehingga pengetahuan ibu tentang makanan bagi anak penyandang autisme menjadi suatu hal yang penting untuk diperhatikan.

Peneliti telah melakukan studi pendahuluan di beberapa SLB di Wilayah Kabupaten Garut dengan jumlah anak penyandang autisme sebanyak 34 anak yang terdiri dari SLB Negeri Garut Kota, SLB Negeri B Garut, dan SLB C-YKB Garut. Ketika dilakukan wawancara kepada kepala sekolah dari salah satu sekolah di SLB Wilayah Kabupaten Garut, didapatkan data bahwa seluruh guru sudah mendapatkan informasi terkait diet GFCF pada anak penyandang autisme, namun guru sering melaporkan masih banyak orangtua anak yang masih memberikan makanan beranekaragam sehingga masih banyak anak yang hiperaktif dan *tantrum*.

Hasil wawancara kepada guru didapatkan informasi bahwa dari sekolah sudah menerapkan terapi diet GFCF, namun ibu masih memberikan makanan beranekaragam seperti mie, roti, biskuit, sosis, susu dan lain sebagainya, padahal makanan tersebut sudah jelas dilarang untuk anak penyandang autisme. Guru juga menjelaskan ada ibu yang sering mencari informasi kepada para guru dan terlihat ketika ke sekolah ibu selalu membawakan bekal dari rumah untuk anaknya seperti makanan sayuran yang direbus. Peneliti juga mendapatkan laporan dari guru, ada

beberapa ibu yang belum terpapar informasi mengenai diet gluten dan kasein.

Ketika peneliti melakukan wawancara kepada 14 ibu terkait dengan jenis makanan, 6 dari 14 ibu dapat menjawab benar dan 8 diantaranya menjawab salah. Sebagian ibu mengakui sudah mendapatkan informasi terkait diet GFCF tetapi belum lengkap sehingga tidak terstruktur dengan baik, terlihat ketika ditanyakan oleh peneliti terkait jenis makanan yang mengandung gluten dan kasein masih ada ibu yang menjawab dengan salah dan ibu hanya mengetahui jenis makanan tertentu saja belum secara luas dan ibu juga pernah mencoba diet tersebut, tetapi tidak patuh karena disebabkan berbagai hal, sehingga perlu dilakukannya evaluasi mengenai diet GFCF pada anak penyandang autisme. Selain itu, lingkungan sekolah juga tidak mendukung terhadap pelaksanaan diet GFCF. Terlihat dari banyaknya jajanan yang mengandung gluten dan kasein yang dijual di lingkungan sekolah seperti gorengan, sosis, nugget dan susu. Selain itu, berdasarkan wawancara dari beberapa ibu yang memiliki anak penyandang autisme sebenarnya mereka mau menjaga pola hidup anak mereka namun dengan keterbatasan baik itu dari segi biaya dan juga makanan pengganti yang sulit untuk didapatkan secara bebas, khususnya di Indonesia.

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu tentang diet gluten dan kasein pada anak penyandang autisme di SLB Wilayah Kabupaten Garut.

Manfaat dalam penelitian ini dapat memberikan informasi dalam mengetahui gambaran pengetahuan ibu tentang diet gluten dan kasein pada anak penyandang autisme. Selain itu juga dapat menjadi sebagai

referensi untuk penelitian terkait diet gluten dan kasein.

## METODE

Rancangan penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif, dengan pendekatan *cross sectional* dimana peneliti hanya melakukan pengumpulan data secara bersamaan tanpa tindak lanjut (Nursalam, 2015). Waktu penelitian dilakukan pada bulan Juni sampai dengan Juli 2019 dan tempat penelitian di SLB Wilayah Kabupaten Garut. Jumlah sampel 34 ibu dengan anak penyandang autisme di SLB Wilayah Kabupaten Garut, dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*.

Instrumen dalam penelitian ini terdiri dari dua bagian. Bagian pertama berisi data karakteristik responden (usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan terakhir, pendapatan, keterpaparan informasi diet GFCE dan sumber informasi diet GFCE). Bagian kedua berisi pertanyaan untuk mengukur pengetahuan ibu tentang diet GFCE. Instrumen pengetahuan yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk kuisioner yang dibuat sendiri oleh peneliti dan mengembangkan dari kuisioner pengetahuan orangtua yang dibuat oleh Rosi (2018) dalam penelitiannya mengenai gambaran pengetahuan dan persepsi orangtua mengenai diet *gluten free casein*

*free* pada anak autisme di 3 SLB Kabupaten Bandung. Komponen yang terdapat pada instrumen berisi tentang pengertian diet GFCE, tujuan menerapkan diet GFCE, manfaat menerapkan diet GFCE, dan jenis makanan mengandung gluten dan kasein. Jumlah seluruh pertanyaan ada 20 dengan jawaban setiap pertanyaan menggunakan *multiple choice*

yaitu a, b dan c. Skoring dihitung menggunakan rumus distribusi dan presentase dengan cara membuat tabel distribusi frekuensi, hasilnya dilakukan dengan berapa ibu yang memiliki pengetahuan baik dan kurang. Menurut arikunto (2013), menyebutkan bahwa seseorang dapat dikatakan memiliki pengetahuan yang baik apabila nilai pengetahuan yang didapatkan lebih dari 76% dari total skor, dan memiliki pengetahuan yang kurang apabila nilai pengetahuannya kurang dari 76% dari total skor.

Instrumen telah dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas dilakukan di SLB Satria Galdin Majalaya dengan jumlah sampel 20 ibu dengan anak penyandang autisme. Hasil uji validitas dengan nilai koefisien korelasi antara 0,485-0,644 dan uji reliabilitas dengan nilai sebesar 0,918. Maka instrumen tersebut dinyatakan valid dan reliabel. Analisis data menggunakan distribusi frekuensi dan presentase.

## HASIL

**Tabel 1.**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pekerjaan, Pendidikan Terakhir, Pendapatan, Keterpaparan Informasi Diet GFCF dan Sumber Informasi Diet GFCF**

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase
	(f)	(%)
<b>Usia Ibu</b>		
Dewasa awal	18	54,9
Pertengahan	16	47,1
<b>Usia Anak</b>		
Akhir masa kanak-kanak	13	38,2
Masa Pubertas	13	38,2
Masa Remaja	6	17,6
Masa Dewasa	2	5,9
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	26	76,5
Perempuan	8	23,5
<b>Pekerjaan</b>		
Ibu rumah tangga	24	70,6
Karyawan swasta	2	5,9
Wiraswasta	1	2,9
PNS	4	11,8
Lain-lain	3	8,8
<b>Pendidikan Terakhir</b>		
SD	4	11,8
SMP	8	23,5

SMA	15	44,1
Perguruan tinggi	7	20,6
<b>Pendapatan Ekonomi</b>		
<1.807.285,-	14	41,2
>1.807.285,-	20	58,8
<b>Keterpaparan informasi diet GFCF</b>		
Ya	22	64,7
Tidak	12	35,3
<b>Sumber Informasi</b>		
Dari guru	7	20,6
Media Internet	2	5,9
Tim kesehatan	13	38,2

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar dari responden terdapat pada kelompok usia dewasa awal (18-40 tahun) sebanyak (52,9%) dan hampir setengahnya dari responden dengan anak penyandang autis terdapat pada kelompok akhir masa kanak-kanak (7-10 tahun) sebanyak (38,2%) dan hampir setengahnya dari responden pada kelompok masa pubertas (11-13 tahun) sebanyak (38,2%). Hampir seluruh dari responden dengan anak penyandang autis berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak (76,5%). Sebagian besar dari responden sebagai ibu rumah tangga atau tidak bekerja yaitu sebanyak (70,6%). Pendidikan terakhir hampir setengahnya responden yaitu SMA sebanyak (44,1%), dan hampir setengahnya dari responden berpendapatan ekonomi lebih dari UMR Kabupaten Garut ( $\geq 1.807.285,-$ ) yaitu sebanyak (58,8%). Sebagian besar dari

responden pernah mendapatkan informasi mengenai diet GFCF yaitu sebanyak (64,7%) dan hampir setengahnya belum pernah mendapatkan informasi mengenai diet GFCF yaitu sebanyak (35,3%). Hampir setengahnya dari responden sumber informasi yang didapatkan sebanyak (38,2%) dari tim kesehatan.

**Tabel 2.**  
**Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Tentang Diet Gluten dan Kasein Pada Anak Penyandang Autis di SLB Wilayah Kabupaten Garut**

Kategori Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	14	41,2
Kurang	20	58,8

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sebagian besar dari responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang diet gluten dan kasein yaitu sebanyak 58,8% dan hampir setengahnya dari responden memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 41,2%.

## PEMBAHASAN

Karakteristik responden pada penelitian ini, berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar dari responden terdapat pada kelompok usia dewasa awal (18-40 tahun) yaitu sebanyak (52,9%), dimana usia ini dapat mempengaruhi daya tangkap seseorang dan pola pikir seseorang, semakin bertambah usia maka akan semakin berkembang daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin membaik (Budiman & Riyanto, 2013). Namun, pada umumnya masih banyak ibu yang tidak mengetahui tentang diet GFCD dan ada juga sebagian ibu yang sudah mengetahui tetapi tidak diterapkan karena ketidaktahuan ibu dalam menerapkan diet GFCD (Mujiyanti, 2011).

Hampir setengah dari keseluruhan anak autis pada penelitian ini berada di kelompok usia akhir masa kanak-kanak yaitu usia 7-10 tahun. Sedangkan sebanyak 38,2% berada pada usia 1-13 tahun atau

dalam masa pubertas. Menurut Mirza (2010), pada usia ini anak penyandang autis cenderung memiliki kebiasaan yang sangat buruk. Akan tetapi, saat menginjak masa pubertas perilaku mereka akan membaik dan memburuk kembali sampai usia lanjut. Sesuai dengan kondisinya, anak penyandang autis memiliki gangguan perilaku seperti hiperaktif, menyakiti diri sendiri, suka bertepuk tangan berulang-ulang, *tantrum* atau mengamuk, dan tidak dapat menatap lawan bicara (Nurhidayati, 2015).

Jenis kelamin anak dengan penyandang autis hampir seluruh dari responden anak laki-laki yaitu sebanyak (76,5%). Umumnya anak penyandang autis lebih sering terjadi pada anak laki-laki dibandingkan dengan anak perempuan (Woods *et al*, 2013). Hal ini terjadi karena terdapat gen atau sejumlah gen pada kromosom X yang berkaitan dengan autis, dimana laki-laki hanya memiliki satu kromosom X, sedangkan perempuan memiliki dua kromosom X. Maka dari itu, apabila gen yang terdapat disalah satu kromosom X terjadi kegagalan kinerja, pada anak perempuan dapat digantikan oleh gen pada kromosom lainnya, sedangkan pada anak laki-laki tidak memiliki cadangan saat terjadi kegagalan pada kromosom X (Kurnia & Muniroh, 2018).



Sebagian besar dari responden berstatus sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak (70,6%), dimana pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dapat membantu perkembangan anak penyandang autisme untuk menjadi lebih baik sehingga anak selalu berada dibawah pengawasan ibu dan mendapatkan kualitas pengasuhan yang baik. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Martiani (2012) yang menyebutkan bahwa mengasuh anak penyandang autisme secara umum berdampak pada pekerjaan orang tua terutama ibu, sehingga ibu lebih memilih untuk tidak bekerja dan fokus mengasuh anak. Peran ibu dalam menerapkan diet GFCF sangat dibutuhkan untuk pengawasan yang ketat pada pola makan anak karena dalam menerapkan diet GFCF harus dilakukan secara tepat dan teratur. Oleh karena itu, dibutuhkan komitmen dalam menjalaninya karena terapi diet GFCF tidak hanya dilakukan dirumah, di sekolah maupun saat anak makan. Sehingga ibu harus konsisten dan tegas dalam menerapkan diet GFCF agar mendapatkan hasil yang maksimal (Suryarinilsih, 2018).

Hampir setengahnya dari responden berpendidikan terakhir SMA yaitu sebanyak (44,1%), tetapi pengetahuannya masih kurang. Pada penelitian yang dilakukan oleh Permatasari & Yalastyarini (2017) dinyatakan bahwa secara umum semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka akan semakin baik pula tingkat pengetahuannya. Namun, orangtua sebagai responden dengan tingkat pendidikan terakhir SMA dirasa cukup untuk menerima informasi-informasi, baik dari tenaga kesehatan maupun pendidik. Jadi, baik atau tidaknya ibu dalam mengasuh anak bukan dilihat dari faktor tingginya pendidikan tetapi yang terpenting adalah kualitas pengasuhan yang diberikan.

Pendapatan ekonomi sebagian besar dari responden lebih dari UMR Kabupaten Garut ( $\geq 1.807.285,-$ ) yaitu sebanyak (58,8%). Tetapi ada beberapa responden yang berpendapatan kurang sehingga responden tidak mampu untuk merawat anak penyandang autisme tersebut karena membutuhkan biaya yang besar terutama untuk membeli makanan penggantinya. Hal ini sejalan dengan penelitian Mujiyanti (2011), menyatakan bahwa diketahui alokasi biaya yang dikeluarkan untuk merawat anak penyandang autisme harus memiliki pendapatan tinggi karena anak penyandang autisme memiliki beberapa gangguan di tubuhnya.

Sebagian kecil dari responden mendapatkan sumber informasi diet GFCF dari guru memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak (17,6%), sementara hampir setengahnya dari responden mendapatkan sumber informasi diet GFCF dari tim kesehatan memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak (26,4%). Menurut Notoatmodjo (2014), menyatakan bahwa sumber informasi merupakan segala sesuatu yang menjadi perantara dalam menyampaikan informasi, mempengaruhi kemampuan, dan semakin banyak sumber informasi yang diperoleh maka semakin banyak pengetahuan yang dimiliki.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi pengetahuan ibu adalah informasi yang didapat oleh ibu mengenai diet gluten dan kasein yang belum lengkap. Ada beberapa ibu yang menyatakan bahwa di sekolah sudah pernah diadakan penyuluhan tentang diet gluten dan kasein tetapi hanya satu kali dan ada juga beberapa ibu yang mendapatkan informasi ketika awal didiagnosa oleh tim kesehatan tanpa ada penjelasan lebih lanjut bagaimana cara menerapkan diet gluten dan kasein dengan baik dan benar.

Menurut Kusumayanti (2011), Menyatakan bahwa persiapan dalam menerapkan diet GFCF bertujuan untuk menghindari kesalahan dalam pemilihan jenis makanan yang dikonsumsi dan dapat melibatkan tim kesehatan untuk membantu ibu dalam mengevaluasi diet, menentukan hasil yang harus diperoleh dan menentukan kemungkinan efek samping dari terapi.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian ibu memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Ibu yang sudah mengetahui tentang diet gluten dan kasein biasanya mereka sering berkonsultasi dengan tim kesehatan dan sudah merawat anak dengan penyandang autisme lebih lama, sehingga ibu mendapatkan informasi lebih banyak dan pengetahuannya lebih luas mengenai diet gluten dan kasein. Tentunya hal ini diiringi dengan pendapatan ekonomi yang tinggi sehingga ibu bisa menjaga baik dari pola hidup maupun pola makan pada anak.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pendapatan ekonomi hampir setengahnya dari responden kurang dari UMR Kabupaten Garut ( $\geq 1.807.285,-$ ) yaitu sebanyak (41,2%). Oleh sebab itu, responden tidak mampu untuk merawat anak penyandang autisme tersebut karena membutuhkan biaya yang besar terutama untuk membeli makanan penggantinya. Hal inilah yang menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu kurang dalam menerapkan diet gluten dan kasein.

Hasil penelitian mengenai pengetahuan ibu tentang diet bebas gluten dan kasein di SLB Wilayah Kabupaten Garut menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan responden berada pada kategori kurang yaitu sebanyak (58,8%) dari 34 responden. Pengetahuan

merupakan hasil menjadi tahu setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu melalui penginderaan. Pengetahuan manusia sebagian besar diperoleh melalui pendidikan, pengalaman oranglain, media massa, elektronik, maupun lingkungan. Pengetahuan merupakan dukungan yang sangat penting karena dapat membentuk seseorang menjadi lebih percaya diri baik dari sikap dan perilaku sehingga pengetahuan dapat mendukung tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2014). Pengetahuan ibu menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penerapan diet GFCF pada anak penyandang autisme karena dapat membantu untuk menjalankan perannya sehari-hari (Permatasari & Yalastyarini, 2017).

Pada penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yalastyarini dan Permatasari (2017), dimana responden (40,6%) dari total 32 responden hampir setengah responden berada pada kategori kurang, dan diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Qamariah (2018) menyebutkan bahwa sebagian besar pengetahuan ibu berada pada kategori kurang yaitu sebanyak (66,7%) dari 36 responden. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani, Amir, dan Indriati (2018), menyebutkan bahwa sebagian besar pengetahuan ibu berada pada kategori kurang yaitu sebanyak (51,7%) dari total 58 responden. Dari ketiga penelitian ini dapat diketahui bahwa masih rendahnya pengetahuan ibu tentang diet bebas gluten dan kasein.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Suryani, Magdalena, & Aqbar (2014) menyatakan hal yang berbeda, dimana pengetahuan ibu tentang diet gluten dan kasein berada pada kategori baik, yaitu didapatkan hasil bahwa hampir seluruh

dari responden berada pada kategori pengetahuan baik yaitu sebanyak (81%) dari total 42 responden. Hal ini terjadi karena ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang diantaranya usia, pendidikan, informasi, sosial budaya, tingkat ekonomi, lingkungan dan pengalaman (Budiman & Riyanto, 2013).

## **SIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 34 responden mengenai pengetahuan ibu tentang diet gluten dan kasein di SLB Negeri Wilayah Kabupaten Garut dapat disimpulkan bahwa dari 34 responden sebagian besar dari responden pengetahuan kurang yaitu sebanyak (58,8%). Berdasarkan karakteristik responden bahwa sebagian besar dari responden berusia 18-40 tahun sebanyak (52,9%), dan hampir seluruh dari responden tidak bekerja atau sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak (70,6%), dengan tingkat pendidikan hampir setengahnya dari responden yaitu SMA sebanyak (44,1%). Masih rendahnya pengetahuan ibu hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor yang menyebabkan pengetahuan ibu kurang tentang diet gluten dan kasein pada anak penyandang autisme.

## **SARAN**

### **1. Bagi Ibu Anak Penyandang Autisme**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan ibu tentang diet gluten pada anak penyandang autisme agar dapat melakukan terapi diet dengan benar dan tepat.

### **2. Bagi Profesi Keperawatan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada tenaga kesehatan khususnya perawat anak untuk mengetahui perawatan pada anak berkebutuhan khusus seperti anak penyandang autisme. Selain itu, kepada perawat keluarga dan perawat komunitas diharapkan dapat memberikan asuhan keperawatan dan memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu dengan anak penyandang autisme terkait dengan diet gluten dan kasein mengenai pola pemberian makan yang benar dan pentingnya menerapkan terapi diet GFCF, sehingga dapat memberikan acuan untuk meningkatkan pengetahuan kepada ibu.

### **3. Bagi SLB**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi sekolah dalam memberikan informasi yang tepat kepada ibu mengenai diet gluten dan kasein pada anak penyandang autisme.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Pendidikan Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atmaja, R. J. (2018). *Pendidikan dan bimbingan anak berkebutuhan khusus*. Bandung : Rosdakarya Remaja PT.
- Budiman dan Riyanto, Agus. 2013. *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Dewanti, H. W., & Machfudz, S. (2014). *Pengaruh Diet Bebas Gluten Dan Kasein Terhadap Perkembangan Anak Autisme Di Slb Khusus Autistik Fajar Nugraha Sleman Yogyakarta*. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*, 6(2), 67-74.

- Elvira, Sylvia D. Hadisukanto Gitayanti. (2013). Buku ajar psikiatri ed.2. Jakarta: Salemba Medika.
- Ginting, S. A., Ariani, A., & Sembiring, T. (2016). Terapi diet pada autisme. *Sari Pediatri*, 6(1), 47-51.
- Hockenberry, M. J., Wilson, D., & Rodgers, C. (2017). *Wong's Essentials of Pediatric Nursing* (10th ed.). Missouri: Elsevier.
- Koka, E. M. (2011). Perilaku Ibu Tentang Pemberian Makan Dan Status Gizi Anak Autisme Di Kota Binjai Tahun 2011.
- Kurnia, N., & Muniroh, L. (2018). Hubungan Perilaku Picky Eater Dengan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Pada Anak Autism Spektrum Disorder (Asd). *Media Gizi Indonesia*, 13(2), 151. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.151-158>
- Kusumayanti, GAD. (2011). Pentingnya Pengaturan Makanan Bagi Anak Autis. *Jurnal Ilmu Gizi*, 2(1): 1-8.
- Mirza, M. (2010). Anak Autis, Mendidik Anak Autis Dan Gangguan Mental Lain Menuju Anak Cerdas Dan Sehat. *Jogjakarta: Katahati*.
- Martiani, M., Herini, E. S., & Purba, M. (2012). Pengetahuan Dan Sikap Orang Tua Hubungannya Dengan Pola Konsumsi Dan Status Gizi Anak Autis. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 8(3), 135-143.
- Mujiyanti, D. M. (2011). Skripsi: Tingkat Pengetahuan Ibu dan Pola Konsumsi Pada Anak Autis di Kota Bogor.
- Niven, Nail. (2012). Psikologi Kesehatan Jakarta : EGC : 1192-1198
- Notoatmodjo, S. 2014. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nurhidayati, Z. (2015). Pengaruh Pola Konsumsi Makanan Bebas Gluten Bebas Kasein dengan Gangguan Perilaku pada Anak Autistik. *Jurnal Majority*, 4(7), 121-128.
- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis. Jakarta Selatan ; Jagakarsa.
- Oktaviana, W., Amir, Y., & Indriati, G. (2018). Identifikasi Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Diet Casein Free Dan Gluten Free Pada Anak Autis. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 5(2), 677-682.
- Permatasari, C., & Yalastyarini, E. A. (2017). Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Kepatuhan Ibu Dalam Penerapan Terapi Diet GFCF (Gluten Free Casein Free) Pada Anak Penyandang Autisme Di Yayasan Mutiara Kasih Trenggalek. *Journal Of Nursing Practice*, 1(1), 9-16. <https://doi.org/10.30994/jnp.v1i1.17>
- Pusdatin Kemendikbud, I. (2020). Statistik Pendidikan Luar Biasa 2019-2020. *Pusat Data Dan Teknologi Informasi*, 1(1), 195.
- Puteri, Z. I. O., Nugraheni, S., & Aruben, R. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu, Pola Konsumsi, dan Diet BGBC dengan Status Gizi Anak Auits di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri Semarang tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(Mm), 1-18.
- Ramadayanti, S., & Margawati, A. (2013). Perilaku pemilihan makanan dan diet bebas gluten bebas kasein pada

anak autis (Doctoral dissertation, tidak dipublikasikan). Universitas Diponegoro.

Rosi, A. (2018). Gambaran Pengetahuan dan Persepsi Orangtua Mengenai Diet *Gluten Free Casein Free* Pada Anak Autis di 3 SLB Kabupaten Bandung (Skripsi, tidak dipublikasikan).

Sofia, A. D. (2012). Kepatuhan orang tua dalam menerapkan terapi diet gluten free casein free pada anak penyandang autisme di yayasan pelita hafizh dan SLBN Cileunyi Bandung. *Students e-Journal*, 1(1), 33.

Suryana A. (2010). Terapi Autisme, Anak Berbakat, dan Anak Hiperaktif. Jakarta : Progress.

Suryani, N., Magdalena, & Aqbar, D. (2014). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Anak Autis di Pusat Layanan Autis Banjarmasin Tahun 2014. *Jurkessia*, 5(2), 43–49.

Suryarinilsih, Y. (2018). Peran Orang Tua Dalam Penerapan Terapi Diet Gluten Free Casein Free (Gfcf) Pada Anak Autisme. *Jurnal Sehat Mandiri*, 13(1), 18–26.  
<https://doi.org/10.33761/jsm.v13i1.58>

World Health Organozation (2016) Monitoring health for the SDGs. Diunduh pada tanggal 3 Maret 2019 dari [apps.who.int/iris/bitstream/10665/206498/1/9789241565264\\_eng.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/10665/206498/1/9789241565264_eng.pdf).

Woods, A. G., Mahdavi, E., & Ryan, J. P. (2013). Treating clients with Asperger's syndrome and autism. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 7(1), 32.